

LANAUDIÈRE EN LUMIÈRE

La région de Lanaudière présentera ses produits de qualité, ses artisans passionnés et ses tables gastronomiques au marché Jean-Talon, à Montréal, le samedi 21 et le dimanche 22 février, en proposant 10 ateliers culinaires. Une belle occasion de découvrir des producteurs québécois qui réalisent des produits originaux, savoureux et accessibles.

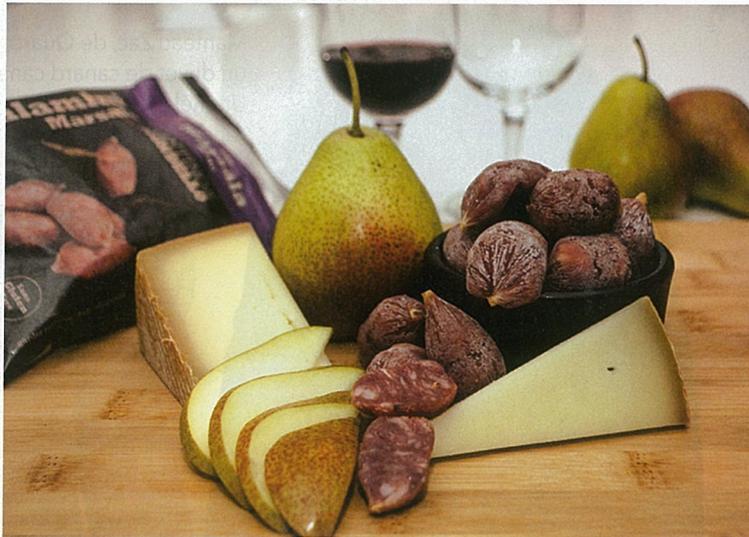
L'horaire des ateliers culinaires est sur le site:
montrealenlumiere.com



LUNCHS SANTÉ FACILES

La compagnie Veg Pro vient de lancer un produit des plus intéressants: les sautés santé Attitude. Dans une boîte, on retrouve un mélange de salades et de légumes frais. Dans le compartiment adjacent, il y a de la sauce, des graines, des noix, des nouilles, des fruits et parfois des légumes différents. On mélange les deux contenants et après deux minutes au micro-ondes, on a un sauté santé délicieux et copieux. Quatre saveurs pour nous ravir: teriyaki, aigre-douce, thaï ou général Tao. Personnellement, j'en garde toujours un dans le frigo!

Sautés santé Attitude Fraîche, en vente au comptoir réfrigéré de la section des fruits et légumes chez IGA, Metro et Super C.



L'ITALIE À L'APÉRO

On se casse souvent la tête pour trouver des bouchées pour un 5 à 7 ou un apéro entre amis. Fantino et Mondello propose désormais les salaminis. Il s'agit de petits saucissons italiens traditionnels, originaires de la région de Ligurie, qui se déclinent en quatre saveurs: original, asiago (rehaussé de ce fromage italien), masala (avec un soupçon de vin rouge) et calabrese (épicé au poivre de Cayenne et au paprika). Ils sont tous sans gluten. À servir en minibrochettes avec des cubes de cheddar et des petits cornichons ou avec des figues fraîches, des bocconcinis et des olives. Vos invités vont adorer!

5,69 \$ le sachet de 125 g, chez IGA, Metro et dans certaines épiceries fines.

LES QUÉBÉCOIS SE DÉMARQUENT

Plusieurs livres de cuisine québécois ont récemment été honorés au Gourmand World CookBook Awards. Le magnifique livre d'Albert Elbilila, *Boulangé et boustifaille*, a reçu le premier prix dans la catégorie Meilleur livre de recettes de pains. Une mention bien méritée. Anne Fortin a également reçu le prix Meilleur livre de cuisine historique pour son ouvrage *Ainsi cuisinaient les belles-sœurs dans l'œuvre de Michel Tremblay*. Félicitations aux deux auteurs!

